

www.trome.com
facebook.com/tromepe
@tromepe
PÉGALOS EN TUS CARTILLAS
trome
AÑO 24 | Nº 8487
MIÉRCOLES 15 DE ENERO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/ 1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20
INSCRÍBETE AL 710-0200 O INGRESA A trome.com
3130244
HOY S/200
1 PREMIO DE 15,000 SOLES · 1 PREMIO DE 5,000 SOLES · 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES · 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES
HOY CUPONES GRATIS
DICTADOR NO DUERME POR PEDIDOS A ESTADOS UNIDOS
PARA QUE LO DERROQUEN A LA FUERZA
Página 10
MADURO ASUSTADO POR INVASIÓN MILITAR
FRONTERAS DE VENEZUELA ESTÁN CERRADAS
CORINA DICE QUE 'YA TIENEN LAS HORAS CONTADAS'
GANÓ 3-1 AL JUNIOR CON GOLES DE CELI, COSTA Y CHURÍN
TRIUNFAZO DE LA U EN COLOMBIA
PÁGINA 11
LIMA ES UN HORNO Y PASÓ LOS 31 GRADOS
ALERTAN QUE TENGAN CUIDADO CON LOS GOLPES DE CALOR
PÁGINA 7
RECONOCE QUE ES MUY CELOSA PERO YA VOLVIERON
GIULIANA SE LOQUEÓ CON MARYTO
PÁGINA 15

ENCUESTA

AYER

¿Cree que el fiscal Domingo Pérez debe seguir en el caso Cócteles?

SÍ 55%

NO 45%

HOY

¿Cree que Keiko Fujimori es inocente del caso Cócteles?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Hoy, en su rol ministerial, Santiváñez manifiesta lo que mejor sabe hacer: garantizar impunidad para quienes atentan contra la paz social".

HARVEY COLCHADO (CORONEL DE LA POLICÍA)



"El presidente del Congreso, Eduardo Salhuana, y la Mesa Directiva son culpables de no investigar, ni encontrar a los culpables de la presunta red de prostitución que operaría dentro del Congreso".

JORGE MONTOYA (CONGRESISTA)

DÓLAR

3.76 >COMPRA 3.78 >VENTA

EURO

4.11 >COMPRA 4.14 >VENTA

'FITO'

PARA CUALQUIER CONSULTA ESCRIBE AL:

926643610

CLIMA

MÁXIMA 27° MÍNIMA 19°

trome

Editor General:
José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Jorge Salazar Araoz N° 171, La Victoria, Lima Teléfono: 311-6500.

Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N° 530, Pueblo Libre, Lima 21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2001-1992

Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA



DESALOJEN A LOS INQUILINOS MOROSOS

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un sudadito de mero con harto juguito, limón y rocotito molido. **"María, con el ingreso de más de un millón de venezolanos al Perú y la migración de peruanos del interior a Lima,** se ha producido una fuerte demanda por vivienda que los más pobres suplen alquilando cuartos, casas o departamentos en la mayoría de distritos de la capital. **Todo muy bien, pues miles de peruanos tienen así un ingreso extra alquilando sus propiedades, en especial los jubilados y viejitos.** Pero la parte mala viene con algunos sinvergüenzas que luego de un breve tiempo dejan de pagar el alquiler y viven gratis hasta por varios años, utilizando el sistema. Desalojar a un inquilino moroso es muy difícil en el Perú. **Hay que iniciar un juicio, aportar pruebas, pagar tasas y otras cosas más.** Al final, el moroso se va a otra casa y vuelve el mismo ciclo para que viva gratis del esfuerzo de los demás. Ayer, Trome entrevistó al especialista Crisólogo Cáceres, quien aconsejó a las personas que piensan en alquilar sus predios que no dejen nada al aire. Lo primero, hagan firmar un contrato legalizado con el inquilino. Además, en ese documento deben estar expuestas las causales para el desalojo, como es la falta de pago o daños a la propiedad. **También deben filtrarlo en la central de riesgo y pedirle un certificado de antecedentes judiciales.** En especial los viejitos, deben exigir una entrevista personal con el postulante, pero siempre acompañados de una persona joven para que no den la apariencia de vulnerabilidad. **Yo pienso que las leyes deben cambiar.** Muchos jubilados, por motivos de la crisis y a que sus pensiones son magras, recurren al alquiler de cuartos o casas, a fin de sobrevivir. Por eso no es justo que sinvergüenzas de marca mayor les roben o estafen. Conozco casos de sujetos que han vivido sin pagar alquiler más de cuatro años. Como se saben todas las leyes y tienen buenos abogados, impiden el desalojo hasta el último y cuando finalmente se van, no abonan ni un sol". Me voy, cuídense.

KARRY

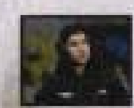


LOS 'TUITS' DEL DÍA



@HEBERCE
HÉBER CUEVA

La justicia corrupta no mide con la misma vara, existen algunos magistrados podridos al servicio del poder mafioso. Poder Judicial anula prisión preventiva contra Nicanor Boluarte y otros investigados en caso 'Waykis en la Sombra'.



@Gvarese10
GINO VARESE

Buen gol de Diego Churín, que se estrena de la mejor manera con la camiseta merengue. Gana bien Universitario frente a Junior en Barranquilla.

HABLAN LOS TROMES

Películas financiadas

El otro día vi a un par de actores pidiendo apoyo para que sus películas sean financiadas por el Estado. ¿En un país pobre como el Perú qué es más importante: que los pobres coman y estudien, o que se financie películas privadas? Yo creo que lo primero. Que los artistas que deseen hacer una película la financien con su plata o propiedades. ¿Por qué debo financiar yo de mis impuestos la ocupación de otros?

Sigifredo León Ibáñez
Vecino de Los Olivos

El Ministerio de Cultura ofrece estímulos económicos para promover el cine y el audiovisual en el país. También se ha aprobado una nueva Ley del Cine que busca incentivar la cinematografía peruana. Pero estas actividades deberían ser privadas.

La goleada del Barza

El domingo Barcelona goleó 5-2 al Real Madrid y le ganó la final de la Supercopa de España. Lamentablemente no lo pudo ver el gran Hugo 'Cholo' Sotil, quien se fue hace unas semanas al lado de Papá Dios. El 'Cholo' fue protagonista de la histórica goleada 5-0, en el mismo Santiago Bernabéu, en 1974, con un gol suyo de cabeza. De seguro la prensa deportiva 'chapetona' lo hubiera recordado en estos días.

José Alfredo Jiménez
Vecino de Surquillo

En ese partido, Asensi marcó un doblete, y el resto de goles los hicieron Johan Cruyff, Juan Carlos y Hugo Sotil. Ese Barza era una máquina al mando de Rinus Michels, el holandés inventor del fútbol total. Sotil lucía la 10, la misma que luego usó Messi.

EMERGENCIAS

Bomberos	116
Emergencias	105
Defensa Civil	115
EsSalud	4118000
Águilas Negras	3623277
Escuadrón Verde	4276904
Luz del Sur	6175000
Sedapal	3178000
Indecopi	2247777
Pluz Energía	5171717

*SU PASAJERA QUEDÓ HERIDA

Muere colectivero baleado por mafia

Falleció el taxista colectivero que sicarios de la sanguinaria banda criminal 'Los Injertos del Norte' atacaron a balazos cuando se desplazaba con una pasajera en la Panamericana Norte, urbanización Pro, en San Martín de Porres. Un día después del cobarde atentado, Agustín Henre Carhuachín (37) murió en la unidad de cuidados intensivos del hospital Sergio Bernales de Collique.
La tarde del domingo, el hombre del volante ingresó al nosocomio con heridas de bala en el tórax y en el hombro.
Los pistoleros grabaron cuando acribillaron al taxista que conducía un Chevrolet y en plena filmación uno de los delincuentes dice: "Esto le va a pasar a todos los piratas". Maritza Porras Espinoza (51), que iba en el asiento del copiloto, fue herida. (E. Cirilo)





Los esposos Luz Angélica García Montoya y Jesús Alzamora Lira estaban en su casa en el asentamiento humano Oasis de Costa Mar, en Chorrillos.

1 Al lugar llega Anthony del Águila, con quien discuten por la propiedad del predio.

2 Este último saca un arma y dispara a matar a los esposos. Una bala perdida mata a su papá, José Waldir del Águila.

*EN LIMA

MATAN A 8 EN UN SOLO DÍA

Asesinos por encargo sembraron el terror en El Agustino, Carabayllo, San Juan de Lurigancho y el Callao



A balazos y en solo 24 horas, ocho personas fueron asesinadas, cinco de ellas bajo la modalidad de sicariato, en cuatro distritos de Lima y en el Callao. Pese a ello, el ministro del Interior, Juan Santiváñez, no habla y cree que todo va bien.
En Chorrillos, durante la disputa de un terreno, Luz Angélica García Montoya (34) y Jesús Abel Alzamora Lira (32) murieron cuando Antony del Águila Olórtegui (24) les disparó.
Una bala perdida hirió mortalmente a Jorge Waldir del Águila Yahuarcani, papá del pistolero, en Oasis de Costamar.
Los cadáveres de Edwin Luis Maza Guerrero (31) y Michell Antony Quinde Carmona (33), con heridas de bala, fueron hallados en la ribera del río Rímac, en el sector Los Pinos, El Agustino.
Sería un ajuste de cuentas por la hegemonía de la zona.

'INJERTOS DEL NORTE'

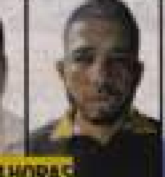
En Carabayllo, un sicario de 'Los Injertos del Norte' se hizo pasar como pasajero y por la espalda mató de tres balazos en la cabeza al mototaxista Rodolfo Zavala Soto (65).

En una disputa por terrenos, tres personas fueron acribilladas

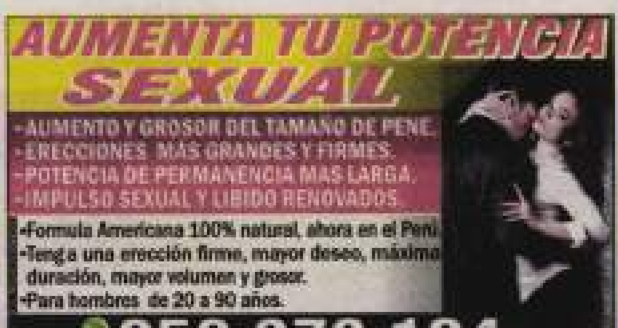
El mismo sujeto filmó con su celular el cobarde homicidio. "Empresa de transportes Progreso de Carabayllo iré matando uno por uno si no se alinean con el 'Monstruo' y esto es en general para todos", es el mensaje que el pistolero dejó junto al cadáver, en el cruce de la avenida Angamos y el jirón Elías Aguirre, asentamiento humano Rafael Belaunde.
Exigen el pago de dos soles diarios por cada uno de los 600 mototaxis que operan en esta empresa.
Dos sicarios que estaban en una moto lineal mataron de cuatro disparos a Alberto Quispe Yábar (61) cuando reparaba su camioneta, en su casa de la cuadra 19 de la avenida Gran Chimú, en San Juan de Lurigancho.
Una pareja que estaba cerca fue herida en el atentado.
En el Callao, dos asesinos acribillaron en la cabeza al taxista Walter Arturo Rodríguez Valega (50) dentro del auto que alquilaba para trabajar, en una calle del asentamiento humano Virgen del Carmen. (E. Cirilo)








LISTA FATAL EN APENAS 24 HORAS



*POR TENENCIA DE ARMAS

15 años para 'Jorobado'

A quince años de prisión fue sentenciado Adam Lucano Cotrina (40), 'Jorobado', por tenencia ilegal de armas de fuego.
El 31 de enero del 2024, 'Jorobado', cabecilla de 'Los Choches de Lima', cayó en la cuadra uno de la avenida Carlos Izaguirre, en Independencia. En el auto de alta gama que manejaba y dejó en una cochera tenía un revólver con 21 municiones, sin tener licencia para portaria, y envoltorios con droga.
Se le vincula con catorce asesinatos por encargo. Del 2007 al 2017 estuvo preso en el penal de Huaral por homicidio calificado con alevosía. (E. Cirilo)

Descubre en Plaza Norte y Mall del Sur

los premios de Verano

Por cada S/50 de compra, registre sus datos en sorteosmalldelsur.plazanorte.pe
y podrá ganar increíbles premios de su categoría favorita:

Pack Playero
Incluye:
- Sombrilla
- Cooler
- 3 días/2 noches en Paracas para 2 adultos y 2 niños (inc. bolsa de viaje)

Pack Parrillero
Incluye:
- Parrilla con accesorios
- Combo cooler
- Parlante
- Pack de cerveza

Pack Diversión
Incluye:
- PS5
- Juegos de mesa
- Silla gamer
- Audífonos
- Bicicleta

Pack Hogareño
Incluye:
- Sillón
- TV
- Frigobar
- Centro de entretenimiento
- Alexa

Duplique sus cupones con W

Sorteo: 3 de febrero (4:00 pm) en LIVE Plaza Norte

Promoción válida del 6 de enero al 2 de febrero de 2025. No participa Expomotor. Mayor información en plazanorte.pe y malldelsur.pe





Mall del Sur









Todos los días inscribe tu Número de la Suerte llamando al 710-0260 o en www.trome.com

GANADOR DE S/200 DEL DÍA 14/01/25

NOMBRE: ROSA CASTRO DE CASQUINO
DISTRITO: LA PERLA - CALLAO
Nº DE LA SUERTE: 2106553

Inscripciones todos los días de 6:00 a.m. a 4:00 p.m. Sorteos: 5:00 p.m. Términos y condiciones en www.trome.com
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC: 20143229816

SALEN TODOS LOS DÍAS

¡RECORTA Y PEGA TUS CUPONES!

Un golazo es la nueva promoción La Estrella del Verano. El lunes entregamos las nuevas cartillas para que te lleves los premios. Sigue recortando los cupones que publicamos todos los días y que te permitirán ganar montos de hasta 5 mil y 15 mil soles. Ojo que regalaremos más de 200 mil soles en efectivo.
La 'promo' dura cinco semanas. Aprovecha porque hay más de 2800 premios.

La Estrella del Verano trome

JUEGA Y GANA

- **Los lunes (5 en total)** recibe gratis tu cartilla.
- **Como las cartillas** son diferentes, mientras más tengas mayores serán tus chances de ganar.
- **Todos los días publicamos** los cupones que debes recortar y pegar en tus cartillas.
- **De lunes a viernes** son seis cupones. Los sábados y domingos salen ocho.
- **Para ganar,** completa los cinco recuadros de la columna de una letra de tu cartilla.
- **Si llenas la B te llevas** 15 mil soles. Si rellenas la I serán tuyos 5 mil soles. Lo mismo es con la N, G y O.

1 PREMIO DE S/15,000
1 PREMIO DE S/5,000
15 PREMIOS DE S/1,000
1,000 PREMIOS DE S/100
1,800 PREMIOS DE S/50

Tenemos montos de 5 y 15 mil soles para que los gastes con la familia

CON TU CANILLITA

Si ganas en Lima Metropolitana, acércate a tu canillita de confianza y preséntale tu cartilla para que coordinen la entrega de tu premio en efectivo.



SALUD

LLAMA Y PARTICIPA

Platita calientita todos los días

Para que no te falte platita todos los días, participa sin falta en la Súper Llamada Ganadora. Esta promo regala 200 soles diarios de lunes a sábado. Y los domingos sale el 'reventonazo semanal' de 1500 soles para que los gastes como quieras.
Si quieres participar, inscríbete llamando al **710-0260** o en la **web trome.com.** Lo puedes hacer de seis de la mañana a 4 de la tarde. Un notario público dará fe de la legalidad del acto.
Ayer, nuestra lectora Rosa Castro, del distrito chalaco de La Perla, se llevó los 200 soles de la jornada con el número de la suerte 210 6553.



DIMOS EN EL 2024

Más de 7 mil premios

Más de siete mil premios entregó el 'diario papá' en el 2024 para que sus lectores siempre tengan platita en el bolsillo.
Y este año planeamos hacer lo mismo. Ya iniciamos el 2025 con La Estrella del Verano. Miles podrán ganar y uno de ellos puedes ser tú.





POR: ISABEL MEDINA

LIMA ARDE A 31 GRADOS Y PIDEN CUIDARSE DE LA RADIACIÓN

¡QUÉ CALOR!

Temperatura llegó a su máximo nivel en la temporada y en febrero calentará más

Quema. Aunque aún no es febrero, el mes más cálido del año, la temperatura en Lima se acerca a 30 °C y en algunos distritos hay picos de calor. Ayer, a las 10 de la mañana, Puente Piedra registró 27°C y cerca de la una de la tarde bordeaba los 31 °C.

El día inició soleado. Lourdes Menis, especialista en climatología del Senamhi, precisó que a las 8 de la mañana Jesús María marcaba 21.3 °C y Carabayllo 22.7 °C.

En redes sociales hubo comentarios como: 'Me sancocho', 'no soy helado, pero me derrito', 'que vuelva el frío'; y cada vez más personas recurren a sombrillas, abanicos, ventiladores, consumen más agua y frutas.

El Senamhi pronostica que para hoy y mañana Lima Este tendrá temperaturas entre 29 °C y 30 °C, y ráfagas de viento por la tarde.

Excesiva exposición puede causar deshidratación, quemaduras y daños a la vista

A esto se suma la radiación UV del sol, con índices muy altos (entre 10 y 11 y, en la sierra, hasta 18). "Todo esto puede causar deshidratación, golpes de calor, quemaduras y daños en la vista", dijo Carlos Saavedra, director de Medicina Humana en la UPN.

PREVENCIÓN

El doctor César Cabezas, infectólogo del Instituto Nacional de Salud, explicó que en golpe de calor (fiebre alta, dolor de cabeza, náuseas, vómitos, calambre, agotamiento) bañe a la persona con agua fría o aplique compresas heladas en cuello, axilas e ingle; que tome agua y vaya al médico.

Katherine Chuquirachi, coordinadora de la Campaña Nacional de Prevención y Detección Temprana de Cáncer de Piel, advirtió que la excesiva exposición al sol y sin protección adecuada provoca manchas, envejecimiento prematuro, quemaduras solares, lesiones precancerosas y hasta el peligroso melanoma.

TOME EN CUENTA:

- **Use gorro de ala ancha**, lentes de sol con filtro UV, ropa de manga larga y sombrilla.
- **Aplique protector** solar 30 minutos antes de exponerse al sol y reaplique en playa o piscina.
- **Evite exponerse** al sol entre las 10 de la mañana y 4 de la tarde.

AFIRMA PENALISTA SOBRE CASO 'CHIBOLÍN'

Siucho debería responder por video con dólares



El abogado penalista James Rodríguez analizó el video donde se mostraría el dinero que se le habría pagado a Andrés Hurtado, 'Chibolín', y señaló que la persona a la que se le atribuye la voz en la grabación, que aparentemente sería Iván Siucho, debería pronunciarse sobre ello.

"Desde el punto de vista penal, (este video) es un indicio razonable, pero no determinante para la investigación. Se puede escuchar la voz de un interlocutor. Habría que esperar a que la persona reconozca su voz, y que ese dinero era para Hurtado. Si esto pasa, este indicio podría ser validado como un elemento de convicción importante", dijo.

Por otro lado, Rodríguez no descartó que el momento en que se ha filtrado este video podría ser para enviar un mensaje a los investigados.

"Es posible que esto sea un mensaje, en donde se podría asumir que las personas (investigadas) tienen mayores elementos probatorios, que complicarían la situación de las investigadas", añadió.

JAMES RODRÍGUEZ

TAMBIÉN EN SAN MIGUEL Y JESÚS MARÍA

Buscan más casas en Pueblo Libre y Lince



Está creciendo la preferencia de vivienda en Lima Moderna. De cada 10, entre 4 o 5 búsquedas son por inmuebles para vivir en Magdalena, Pueblo Libre, Jesús María, San Miguel, Lince o Surquillo, según Nexo Inmobiliario, portal de la Asociación de Empresas Inmobiliarias del Perú (ASEI).

"Hay fuerte demanda por distritos con servicios consolidados y ubicaciones estratégicas", dijo Ana Cecilia Gálvez, gerente general de ASEI. Predominan áreas de 60 a 80 metros cuadrados, en promedio a 450 mil soles. Otros apuntan a Lima Top, como San Isidro, San Borja, Miraflores, Surco y Barranco; o a Lima Centro: Cercado de Lima, Breña, Rímac y La Victoria.

ESTE 2025

San Marcos ofrece 14 modalidades para ingresar



Hasta 14 modalidades de ingreso ofrece la Universidad de San Marcos para su proceso de admisión 2025-II. Los postulantes competirán por 4717 vacantes en exámenes a realizarse los días 1, 2, 8 y 9 de marzo.

Se puede ingresar por deportista calificado, centro preuniversitario, traslado interno, graduados o titulados, o personas con discapacidad. También como víctima del terrorismo, comunidades nativas, primeros puestos de educación secundaria o traslado externo nacional e internacional, entre otras.



VÍA EXPRESA SUR

Detienen demolición

El Poder Judicial dispuso la suspensión de la demolición 'total o parcial' que la Municipalidad de Lima realizaba para la Vía Expresa Sur. Esto, a raíz de la medida cautelar otorgada por el Tercer Juzgado Especializado en lo Constitucional a favor de cinco viviendas del asentamiento humano Luis Felipe de las Casas Grieve II en San Juan de Miraflores. Ordena que "la Municipalidad culmine con el procedimiento administrativo sancionador iniciado para la recuperación de posesión de áreas de uso público, antes de la demolición total o parcial".

ASEGURA QUE OBSERVACIÓN DE LEY DE DETENCIÓN PRELIMINAR ES PARA SALVAR A ALLEGADOS A LA PRESIDENTA

ADVIERTE JUAN SHEPUT

Gobierno busca proteger a la delincuencia



El exministro de Trabajo Juan Sheput criticó al gobierno de Dina Boluarte por esperar hasta el último momento para observar la ley que restablecía la detención preliminar en casos de no flagrancia, y aseguró que lo hicieron a última hora, para proteger a ciertas personas.

"El Gobierno actuó con premeditación y alevosía, para seguir retrasando al máximo esta corrección a la ley. Están articulando todos sus instrumentos políticos para evitar que la corrección entre en vigencia, e impedir que personas vinculadas al Gobierno, como Hinojosa, sean detenidos a la brevedad", indicó. Sostuvo que lo que buscarían es favorecer a la delincuencia.

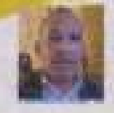
POR: JOSÉ M. CARMEN

"No hay un propósito (ni del Congreso ni del Ejecutivo) de luchar contra el hampa, sino de protegerla (...) Es lamentable la actitud corporativa del Gobierno, pues una acción como esta, que es prodelincuencia, debería llevar a la renuncia de un miembro del Gabinete", aseveró.

Rubén Vargas señaló que a Dina no le importan los buses baleados ni el desborde criminal

En tanto, el exministro Rubén Vargas señaló que mientras el desborde criminal está ametrallando a buses con pasajeros, al Gobierno lo único que le preocupa es oponerse a la detención preliminar de delincuentes. "¿Hasta cuándo?".

> ¿A quién protege el Gobierno? Nos queda claro que hay una intención subalterna en el hecho de demorar y esperar hasta el último día para observar la norma".
>
> **Alejandro Muñante** [Congresista]



EL PROCESO

A su vez, el exoficial mayor del Congreso, César Delgado-Guembes, explicó a nuestro diario el procedimiento respecto a la ley observada.

CÉSAR DELGADO

"La observación entra por mesa de partes y va al oficial mayor, quien la envía a la comisión que hizo el dictamen. Esta tiene tres opciones: Si insiste por el proyecto original, se allana a la observación, o genera un nuevo proyecto. Si van por la insistencia, se necesitan 66 votos para aprobarla", dijo.

También se podría saltear este paso, si lo decide la Junta de Portavoces. "Podría acordar la exoneración de que vaya a Comisión. No es recomendable, nada debería llegar al Pleno sin dictamen (...) Es probable que en el Pleno, no toman en cuenta las observaciones, y se va por la insistencia. No hay plazo, podrían hacerlo ahora o en marzo", indicó.

EN LA FISCALÍA

Boluarte no declarará hoy por caso Cofre presidencial



La presidenta Dina Boluarte no acudirá hoy a declarar a la Fiscalía de la Nación, en el marco de las investigaciones en su contra por el caso Cofre presidencial, el cual se cree fue usado por el líder de Perú Libre, Vladimir Cerrón.

Juan Carlos Portugal, abogado de la mandataria, anunció ayer que ella no participaría, ya que consideran que la ampliación que hizo el Ministerio Público sobre las investigaciones se realizó 'fuera de plazo'.

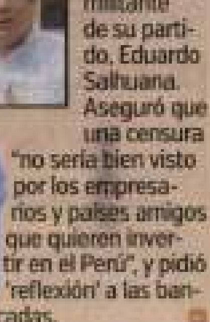
ABOGADO

"El Ministerio Público tuvo la oportunidad de llamar durante los primeros noventa días de su investigación preliminar. Tres días después, amplía por ocho meses la investigación, en nuestra tesis, fuera de plazo", señaló.

Ayer, Boluarte dijo en un evento que su gobierno trabaja "con las manos limpias, trabajamos con honestidad, buscando el bienestar de nuestros compatriotas".

DE UNA CENSURA

Acuña defiende a Salhuana

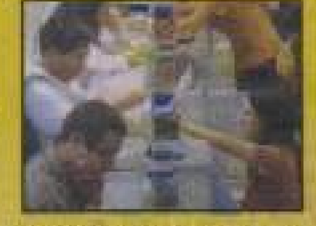


El gobernador de La Libertad y líder de APP, César Acuña, rechazó una posible censura contra el presidente del Congreso y militante de su partido, Eduardo Salhuana. Aseguró que una censura "no sería bien visto por los empresarios y países amigos que quieren invertir en el Perú", y pidió 'reflexión' a las bancadas.

PROPUESTA DEL CONGRESO

Dicen que nuevo retiro de la CTS es populismo





El presidente de la Comisión de Economía del Congreso, Ilich López [Acción Popular], criticó los proyectos de ley que plantean más retiros de la Compensación por Tiempo de Servicio [CTS].

Dijo que estas medidas serían populistas. "Considero que todos estos proyectos de retiros de fondo de pensiones, de CTS, es populismo. Nuestro país debe estructurarse sobre la base del desarrollo económico. Debemos impulsar trabajo, generar empleo, formalización. Esas medidas [retiros] ayudan a un pequeño sector, que tiene trabajo fijo", señaló.

CASO 'WAYKIS'

Revocan prisión preventiva a Nicanor



La Segunda Sala de Apelaciones revocó la orden de prisión preventiva por 36 meses que se había dictado contra Nicanor Boluarte, hermano de la presidenta, por el caso 'Waykis en la Sombra'.

Esta decisión judicial también beneficia a los otros implicados: Jorge Luis Ortiz Marreros, Zenovia Griselda Herrera Vásquez y Jorge Chingay Salazar.

En este caso, la Fiscalía manejaba la hipótesis de que Nicanor habría liderado una organización criminal, mediante la cual favorecía con nombramientos irregulares en el Estado, en los cargos de prefectos y subprefectos, y así obtener apoyo para su partido político Ciudadanos por el Perú.

POPULAR SNACK

A COMER RICA CANCHITA ESTE DOMINGO

También conocida como pop corn, se celebra su 'día mundial' y habrá ofertas en cines

POR: ISABEL MEDINA

La canchita, uno de los snacks más populares, gusta tanto que este domingo 19 será su 'día mundial'. Los peruanos no son ajenos a la celebración y habrá promociones en cines y malls; se animan también carretillas para dar yapita y otros para prepararla en casita.

Las también llamadas palomitas de maíz o pop corn tienen además variedades como las de caramelo [canchita dulce], con mantequilla, con queso. En Cinemark, por este Día, habrá entradas con 50% de descuento para ver 'Sonic', 'Nosferatu', 'Mufasa', y recarga de barriles coleccionables desde 5.90 soles. En Mall Aventura, al mostrar voucher de compra del día, darán canchita gratis para disfrutar más la visita.

SEPA QUE:

- **Evite excesos.** Hay tamaño grande, barril, extragrande y 'refill'; pero poco consumo de verduras.
- **"Dos cucharadas de canchita** chulpi equivalen a dos tazas de pop corn. El consumo de la primera debe ser más moderado", dijo Mora.

"Hay mitos en torno a la canchita; pero es un snack versátil, saludable y fuente de minerales como fósforo, potasio y magnesio. Pero cuiden la preparación: con poca sal y aceite o al aire caliente [freidora de aire]. Preferible con maíz natural de canchita que la instantánea para microondas", dijo la nutricionista Erika Mora, del portal Salud en Casa.

Consultada por Trome, explicó: "El pop corn y la canchita serrana, al ser de maíz, tienen varios beneficios nutricionales muy parecidos, ambos buen aporte de magnesio y el pop corn un ligero mayor contenido de fibra y de aporte de complejo B; y su volumen ayudaría en casos de ansiedad por comer".

EN EL CIELO

Captan basura espacial

Imágenes de un objeto incandescente en el cielo, captadas desde Barranca, Huarmey, Huacho y Ventanilla hicieron pensar que sería un meteorito. Por la velocidad moderada y cómo se desintegraba, Abraham Levy, el 'Hombre del Tiempo', señaló que sería basura espacial. Luis Otiniano, especialista del Conida, aclaró que serían desperdicios como un microsatélite y parte de un cohete.



EE. UU.

Wolverine es puro beso con su nueva novia



Hugh Jackman (56) y Sutton Foster (49) fueron vistos besándose apasionadamente por primera vez desde que se expuso su relación secreta.

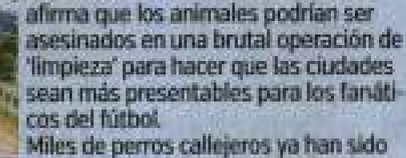
El actor de 'Wolverine' y el icono de Broadway parecían profundamente enamorados y no podían quitarse las manos de encima en una tienda de San Fernando.

Foster acunaba tiernamente el rostro de Jackman mientras esperaban para ordenar comida rápida en la fila del autoservicio, días antes de los incendios en Los Ángeles.

MARRUECOS

Matarían 3 millones de perritos por Mundial de fútbol

Un conservacionista condenó a Marruecos e instó a la FIFA a tomar medidas por la matanza de tres millones de perros callejeros antes del Mundial de 2030. Se afirma que los animales podrían ser asesinados en una brutal operación de 'limpieza' para hacer que las ciudades sean más presentables para los fanáticos del fútbol.



Miles de perros callejeros ya han sido masacrados en esa nación del norte de África y se teme que los asesinatos estén aumentando.



EE. UU.

Mujer bonita asada con saqueadores

Julia Roberts pronunció un comentario picante sobre los criminales que se aprovechan de los vulnerables durante los incendios de Los Ángeles.

La estrella de 'Pretty Woman' recurrió a Instagram y escribió: "¡Que se jodan los saqueadores!".

Los ladrones siguen atacando mansiones vacías valoradas en diez millones de dólares que han quedado sin supervisión mientras las familias se van. En muchas, las alarmas están apagadas porque no hay electricidad.

A VENEZUELA

MADURO ASUSTADO POR INVASIÓN MILITAR

SEPA QUE

→ **Ayer, la opositora María Corina Machado** dijo que "ellos en el régimen saben que son pocos y que están aislados, saben que sus días en el poder están contados y no son muchos, por eso están paranoicos y no duermen sabiendo que se acerca su final".

En las últimas horas crece el rumor de que se estaría preparando una intervención militar en Venezuela para sacar del poder al dictador Nicolás Maduro. La propuesta, hecha el sábado por el expresidente colombiano Álvaro Uribe, parecía no haber tenido eco, pero otras voces señalan que es la única posibilidad de restaurar la democracia en la tierra de Simón Bolívar.

El exasesor de seguridad nacional de Trump, John Bolton, reveló que hace más de cinco años el presidente norteamericano sí contempló una invasión. Luego decidió apoyar a la oposición de Juan Guaidó. Sin embargo, ante el fraude que puso a Maduro seis años más en el Palacio de Miraflores, volvería a tomar fuerza esa idea.

Trump incluso ha lanzado la posibilidad de recuperar por las armas el canal de Panamá y comprar Groenlandia, además de proponer una unión con Canadá. Es decir, tiene ánimos expansionistas.

El dictador venezolano sabe lo que se le viene y por eso, tras jurar el cargo avisó que su país se prepara junto con Cuba y Nicaragua para 'tomar las armas', y defender 'el derecho a la paz'.

Ayer se informó que la frontera con Colombia sigue fuertemente militarizada.

Según Caracas, se mantiene 'la capacidad defensiva de las tropas para defender la patria'.

Expertos aseguran que Donald Trump ya había contemplado esa posibilidad

Propuesta de Álvaro Uribe cobra vigencia para sacar a dictador del poder en Caracas

LA TORTURARON

Rescatan en Brasil a secuestrada por 'Monstruo'

HANSEEL DÍAZ

MARIANA GUEVARA

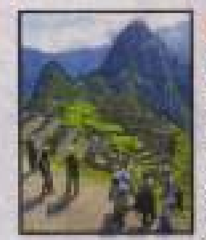
El prófugo Erick Moreno Hernández, 'Monstruo', se internacionalizó. Dos integrantes de su banda 'Los Injertos del Norte', fueron detenidos en Sao Paulo, Brasil, por secuestrar a una joven peruana que la Policía brasileña rescató. Se trata de Dayana Yanmile Acosta Comum (23). Estuvo 18 horas secuestrada. Los plagiarios enviaron videos de tortura y amenazas de muerte a su familia.

"Los Injertos del Cono Norte, no se mata gente inocente, muerto se paga con muerte", dice un mensaje.

Se detuvo a los peruanos Hanssel Oneill Díaz Espinoza (32) y Misuky Mariana Guevara Dávalos (19).

VENDEN EN UN DÍA

30 mil entradas para Machu Picchu



Más de treinta mil entradas se vendieron en un día para ingresar a Machu Picchu y realizar la visita en febrero próximo, informó el Ministerio de Cultura. Fue a través de la plataforma tuboleto.cultura.pe, generando ingresos cercanos a los S/ 3.9 millones.

El lunes se habilitó la reserva anticipada para visitar la ciudadela inca.

CON SU BANDA

'Payo' robaba motos eléctricas

Detectives Antirrobos detuvieron a Miguel Ángel Caycho Díaz (45), 'Payo', de la banda 'Los Compas del Agucho', porque habría participado en el robo de dos motos eléctricas.



'Payo' cayó en la cuadra tres del jirón Hernando de Luque, en El Agustino. Una cámara de video captó cuando dos sujetos se llevaron uno de los vehículos. (E. Cirilo)

trome DEPORTES

Barranquilla.- Universitario no es 'talla Junior', sino 'extra large'. Su camiseta es grande, su historia ancha y sus resultados están bordados de triunfos, ya que arrancó sus amistosos de pretemporada venciendo 3-1 al 'Tiburón' de Barranquilla, cuadro que peleó la chance del título del reciente Clausura de Colombia. A ese equipo, los cremas le ganaron por primera vez en su historia y luego de siete encuentros.

Una 'U' muy superior, con titulares o suplentes, manejó el partido gracias a toques rápidos, abriendo la cancha con acierto, pero también dañando por el centro, desde donde llegaron los dos primeros goles. A los 6', un 'taco' de Alex Valera lo aprovechó Yuriel Celi para sacar un zurdazo al ángulo. Luego, otra vez Valera puso una pelota, esta vez a Gabriel Costa para el derechazo lejano (25'). El bicampeón peruano era sólido atrás, una zona donde dejó buena impresión el debutante Rafael Guzmán, de 16 años. En los costados ofensivos, Andy Polo y César Inga cumplieron. Ya en el segundo tiempo, el técnico Fabián Bustos cambió todo el equipo, pero antes que el portero Sebastián Britos deje la cancha tuvo un 'blooper' que dio el descuento a Deiber Caicedo (77'). Las miradas se posaron en el delantero, y flamante '9' Diego Churín, quien tras errar un 'mano a mano' se rehizo festejando su primer tanto con los cremas gracias a un zapatazo a rastrón a los 83'. El atacante empieza a ilusionar a los hinchas con el goleador que tanto esperan. La 'U' volvió 'small' a Junior. A su lado fue 'extra large'. Un buen inicio de temporada que se encamina hacia la participación en Copa Libertadores.

CEBICHE DE TIBURÓN

U TUVO BUEN ESTRENO DE PRETEMPORADA, DERROTÓ CON CLARIDAD A JUNIOR EN BARRANQUILLA Y DELANTERO DIEGO CHURÍN YA SE ESTRENÓ COMO GOLEADOR





DATAZOS

- **LOS CREMAS JUGARÁN**, el sábado, en Manizales ante Once Caldas su segundo amistoso de la 'Serie Colombia'.
- **WILLIAMS RIVEROS** terminó como capitán de la 'U' por primera vez desde que llegó al equipo.
- **TODAVÍA QUEDAN** entradas para la 'Noche crema' del viernes 24 de enero ante la selección de Panamá.

> **"Con Raúl Ruidíaz no alcanzamos las expectativas que tenía en su momento, lo último que haremos es comprometer la estabilidad del club".**
>
> **Manuel Barreto, director deportivo de la 'U'**



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **YA ME CONTARON** que la relación entre el 'Nono' y los tíos de San Luis está bien fea. Desde que la gente que maneja nuestra pelotita le bajó el dedo, el viejito se puso en plan y ya dijo que no se va a bajar ni un centavo. Quisieron ir al arreglo, pero el charrúa no aceptó y aclaró que le tienen que dar todo su billete de golpe, nada de armadas, sino demandará a los directivos. Como no hay billete, están pensando en que se quede para que siga haciendo papelones en las Eliminatorias. Esta Federación es un chiste... **HAY UN RUN RUN QUE UN ZAMBITO** que era la 'joya' del Rímac y ya no quiere seguir jugando en Europa anda haciendo travesuras y perdiendo horas que no debe mientras pasea en la capital. Las malas lenguas cuentan que lo han visto por San Borja visitando a una cuarentona y luego se queda hasta tarde con sus 'causas' de la avenida Alcázar. La joda es un ratito, la carrera del futbolista es bien corta. Ojalá que enderece el camino. Tiene que jugar. Así es... **YA ME ENTERÉ DE QUE LA 'PULGA'** se fue a disfrutar del mar de Miraflores en familia. Pero los 'sapos rabiosos' aseguran que de un momento a otro el hombre se desapareció. No lo veían por ningún lado y todo por culpa de una rubiecita que vive por la avenida Bertolotto y que fue a ver un ratito. Curuju... Me voy, soy fuga.

SE REALIZÓ SORTEO DE LIGA 1 CON 19 EQUIPOS, HABRÁ CLÁSICO EN LA FECHA 7 Y TORNEO ARRANCARÁ EL 7 DE FEBRERO

Empezó el sueño de cada año: ser campeón nacional. Esta vez 19 equipos buscarán la gloria en los torneos Apertura y Clausura. Binacional y Ayacucho FC ingresaron por un fallo judicial y a pesar de que la FIFA podría desafiliarlos, el sorteo los incluyó. La pelotita está lista para rodar.

DATAZOS

- **ESTE AÑO** descienden tres equipos a Liga 2.
- **LOS GANADORES** del Apertura y Clausura accederán a los play off de fin de año.
- **LOS DOS MEJORES** equipos del Acumulado, que no hayan ganado ningún torneo, jugarán semifinales con los ganadores de Apertura y Clausura.
- **SI UN EQUIPO** gana Apertura y Clausura, será campeón nacional.
- **SI FIFA** desafilia a Binacional y Ayacucho FC, todos los equipos recibirán tres puntos por walk over a favor.

TODOS SON ESTRELLAS

FECHA 1

ATL. GRAU	VS	AYACUCHO FC
ALIANZA LIMA	VS	CUSCO FC
C. UNIDOS	VS	UNIVERSITARIO
ALIANZA UDH	VS	S. CRISTAL
MELGAR	VS	CLUB UTC
S. HUANCAYO	VS	A. SULLANA
SPORT BOYS	VS	JUAN PABLO II
CIENCIANO	VS	ADT
CHANKAS FC	VS	D. GARCILASO

DESCANSA: BINACIONAL

FECHA 2

ADT	VS	ATL. GRAU
JUAN PABLO II	VS	S. HUANCAYO
S. CRISTAL	VS	SPORT BOYS
CLUB UTC	VS	BINACIONAL
CUSCO FC	VS	MELGAR
A. SULLANA	VS	ALIANZA LIMA
AYACUCHO FC	VS	ALIANZA UDH
D. GARCILASO	VS	C. UNIDOS
UNIVERSITARIO	VS	CIENCIANO

DESCANSA: CHANKAS FC

FECHA 3

ATL. GRAU	VS	UNIVERSITARIO
SPORT BOYS	VS	AYACUCHO FC
CIENCIANO	VS	D. GARCILASO
S. HUANCAYO	VS	S. CRISTAL
ALIANZA LIMA	VS	JUAN PABLO II
BINACIONAL	VS	CUSCO FC
ALIANZA UDH	VS	ADT
MELGAR	VS	A. SULLANA
C. UNIDOS	VS	CHANKAS FC

DESCANSA: CLUB UTC

FECHA 4

CHANKAS FC	VS	CIENCIANO
CUSCO FC	VS	CLUB UTC
AYACUCHO FC	VS	S. HUANCAYO
JUAN PABLO II	VS	MELGAR
UNIVERSITARIO	VS	ALIANZA UDH
D. GARCILASO	VS	ATL. GRAU
A. SULLANA	VS	BINACIONAL
S. CRISTAL	VS	ALIANZA LIMA
ADT	VS	SPORT BOYS

DESCANSA: C. UNIDOS

FECHA 5

CIENCIANO	VS	C. UNIDOS
BINACIONAL	VS	JUAN PABLO II
ATL. GRAU	VS	CHANKAS FC
SPORT BOYS	VS	UNIVERSITARIO
CLUB UTC	VS	A. SULLANA
ALIANZA LIMA	VS	AYACUCHO FC
S. HUANCAYO	VS	ADT
ALIANZA UDH	VS	D. GARCILASO
MELGAR	VS	S. CRISTAL

DESCANSA: CUSCO FC

FECHA 6

C. UNIDOS	VS	ATL. GRAU
D. GARCILASO	VS	SPORT BOYS
JUAN PABLO II	VS	CLUB UTC
A. SULLANA	VS	CUSCO FC
CHANKAS FC	VS	ALIANZA UDH
UNIVERSITARIO	VS	S. HUANCAYO
AYACUCHO FC	VS	MELGAR
ADT	VS	ALIANZA LIMA
S. CRISTAL	VS	BINACIONAL

DESCANSA: CIENCIANO

FECHA 7

BINACIONAL	VS	AYACUCHO FC
S. HUANCAYO	VS	D. GARCILASO
ATL. GRAU	VS	CIENCIANO
MELGAR	VS	ADT
CUSCO FC	VS	JUAN PABLO II
ALIANZA LIMA	VS	UNIVERSITARIO
ALIANZA UDH	VS	C. UNIDOS
CLUB UTC	VS	S. CRISTAL
SPORT BOYS	VS	CHANKAS FC

DESCANSA: A. SULLANA

FECHA 8

CIENCIANO	VS	ALIANZA UDH
JUAN PABLO II	VS	A. SULLANA
CHANKAS FC	VS	S. HUANCAYO
S. CRISTAL	VS	CUSCO FC
UNIVERSITARIO	VS	MELGAR
C. UNIDOS	VS	SPORT BOYS
D. GARCILASO	VS	ALIANZA LIMA
ADT	VS	BINACIONAL
AYACUCHO FC	VS	CLUB UTC

DESCANSA: ATL. GRAU

FECHA 9

CLUB UTC	VS	ADT
SPORT BOYS	VS	CIENCIANO
CUSCO FC	VS	AYACUCHO FC
MELGAR	VS	D. GARCILASO
ALIANZA LIMA	VS	CHANKAS FC
BINACIONAL	VS	UNIVERSITARIO
A. SULLANA	VS	S. CRISTAL
S. HUANCAYO	VS	C. UNIDOS
ALIANZA UDH	VS	ATL. GRAU

DESCANSA: JUAN PABLO II

FECHA 10

ADT	VS	CUSCO FC
C. UNIDOS	VS	ALIANZA LIMA
CIENCIANO	VS	S. HUANCAYO
S. CRISTAL	VS	JUAN PABLO II
ATL. GRAU	VS	SPORT BOYS
AYACUCHO FC	VS	A. SULLANA
UNIVERSITARIO	VS	CLUB UTC
CHANKAS FC	VS	MELGAR
D. GARCILASO	VS	BINACIONAL

DESCANSA: ALIANZA UDH

FECHA 11

A. SULLANA	VS	ADT
SPORT BOYS	VS	ALIANZA UDH
BINACIONAL	VS	CHANKAS FC
S. HUANCAYO	VS	ATL. GRAU
CUSCO FC	VS	UNIVERSITARIO
CLUB UTC	VS	D. GARCILASO
JUAN PABLO II	VS	AYACUCHO FC
ALIANZA LIMA	VS	CIENCIANO
MELGAR	VS	C. UNIDOS

DESCANSA: S. CRISTAL

FECHA 12

AYACUCHO FC	VS	S. CRISTAL
D. GARCILASO	VS	CUSCO FC
UNIVERSITARIO	VS	A. SULLANA
C. UNIDOS	VS	BINACIONAL
ATL. GRAU	VS	ALIANZA LIMA
ALIANZA UDH	VS	S. HUANCAYO
CIENCIANO	VS	MELGAR
ADT	VS	JUAN PABLO II
CHANKAS FC	VS	CLUB UTC

DESCANSA: SPORT BOYS

FECHA 13

CLUB UTC	VS	C. UNIDOS
S. CRISTAL	VS	ADT
CUSCO FC	VS	CHANKAS FC
MELGAR	VS	ATL. GRAU
ALIANZA LIMA	VS	ALIANZA UD
BINACIONAL	VS	CIENCIANO
JUAN PABLO II	VS	UNIVERSITAR
S. HUANCAYO	VS	SPORT BOYS
A. SULLANA	VS	D. GARCILAS

DESCANSA: AYACUCHO FC

FECHA 14

ADT	VS	AYACUCHO
ATL. GRAU	VS	BINACIONA
D. GARCILASO	VS	JUAN PABL
SPORT BOYS	VS	ALIANZA LI
CHANKAS FC	VS	A. SULLANA
C. UNIDOS	VS	CUSCO FC
UNIVERSITARIO	VS	S. CRISTAL
CIENCIANO	VS	CLUB UTC
ALIANZA UDH	VS	MELGAR

DESCANSA: S. HUANCAYO

FECHA 15

JUAN PABLO II	VS	CHANKAS FC
MELGAR	VS	SPORT BOYS
CUSCO FC	VS	CIENCIANO
CLUB UTC	VS	ATL. GRAU
ALIANZA LIMA	VS	S. HUANCAYO
A. SULLANA	VS	C. UNIDOS
BINACIONAL	VS	ALIANZA UD
S. CRISTAL	VS	D. GARCILAS
AYACUCHO FC	VS	UNIVERSITAR

DESCANSA: ADT

FECHA 16

D. GARCILASO	VS	AYACUCHO FC
C. UNIDOS	VS	JUAN PABLO II
UNIVERSITARIO	VS	ADT
CIENCIANO	VS	A. SULLANA
SPORT BOYS	VS	BINACIONAL
ALIANZA UDH	VS	CLUB UTC
CHANKAS FC	VS	S. CRISTAL
ATL. GRAU	VS	CUSCO FC
S. HUANCAYO	VS	MELGAR

DESCANSA: ALIANZA LIMA

FECHA 17

CLUB UTC	VS	SPORT BOYS
S. CRISTAL	VS	C. UNIDOS
CUSCO FC	VS	ALIANZA UDH
JUAN PABLO II	VS	CIENCIANO
A. SULLANA	VS	ATL. GRAU
AYACUCHO FC	VS	CHANKAS FC
ADT	VS	D. GARCILASO
MELGAR	VS	ALIANZA LIMA
BINACIONAL	VS	S. HUANCAYO

DESCANSA: UNIVERSITARIO

FECHA 18

ALIANZA LIMA	VS	BINACIONAL
D. GARCILASO	VS	UNIVERSITARIO
SPORT BOYS	VS	CUSCO FC
ALIANZA UDH	VS	A. SULLANA
C. UNIDOS	VS	AYACUCHO FC
ATL. GRAU	VS	JUAN PABLO II
CIENCIANO	VS	S. CRISTAL
CHANKAS FC	VS	ADT
S. HUANCAYO	VS	CLUB UTC

DESCANSA: MELGAR

FECHA 19

A. SULLANA	VS	SPORT BOYS
S. CRISTAL	VS	ATL. GRAU
JUAN PABLO II	VS	ALIANZA UDH
ADT	VS	C. UNIDOS
CUSCO FC	VS	S. HUANCAYO
UNIVERSITARIO	VS	CHANKAS FC
AYACUCHO FC	VS	CIENCIANO
BINACIONAL	VS	MELGAR
CLUB UTC	VS	ALIANZA LIMA

DESCANSA: D. GARCILASO

GRIMALDO VOLVERÍA AL RÍMAC Y 'SANTI' SE IRÍA A ARGENTINA

INTERCAMBIO DE CHELAS

Su regreso es posible. Joao Grimaldo es requerido por Sporting Cristal. Los dirigentes enterados que no continuaría en Serbia han visto la posibilidad de incorporarlo al plantel, pero los empresarios que manejan al jugador analizan antes dos ofertas de la MLS. Si las pretensiones económicas no son altas, el futbolista pegaría la vuelta. Mientras, el argentino Santiago González podría continuar su carrera en su país, ya que siguen llegando ofertas por sus servicios.

ALIANZA ENFRENTA HOY A VÉLEZ Y RECIBIRÁ PREMIO SOLO SI ES CAMPEÓN

'V' DE VICTORIA

En Matute tienen claro que este año hay la obligación de ser campeones. Otra ubicación en la tabla no importa. Por esa razón, como cada año, se habló de los premios por triunfos, empates o lugar en que queden, y el acuerdo entre futbolistas y dirigentes fue uno: solo si son campeones nacionales tendrán un incentivo extra, todo lo demás será parte del trabajo y se cumplirá con su sueldo mensual.

Hoy, Alianza Lima jugará un amistoso a puertas cerradas con Vélez Sarsfield, actual campeón argentino, en la Villa Olímpica de la 'V' (7:00 a.m./hora peruana).

MEMPHIS DEPAY, COMPAÑERO DE ANDRÉ CARRILLO, TIENE CASA DE LUJO, SUELDAZO, AUTOS BLINDADOS Y VUELOS GRATIS A EUROPA



ENGREÍDO Y ESTIMAO

Sao Paulo.- André Carrillo y Memphis Depay comparten el once titular del Corinthians, gustan de la misma comida y tienen ropa parecida, pero hasta allí nomás. Y es que según medios brasileños el jugador de Países Bajos goza de increíbles lujos que ni la 'Culebra' ni el resto de sus compañeros poseen en el 'Timao'. Todo empieza en el salario. Depay cobra 5.5 millones de dólares más bonus al año en el equipo, mientras que Carrillo se embolsa menos de la mitad (2.2 millones). Luego está el tema de las viviendas, el europeo vive en una casa en un barrio cerrado y al que solo acceden con claves o huellas y exigió un departamento en una zona de lujo para su representante. En cuestión de seguridad, Depay tiene guardaespaldas con armas de largo alcance y dos autos blindados con choferes que pasaron rigurosas evaluaciones.

Si se trata de ir a su país u otro destino en el Viejo Continente, el atacante cuenta con 24 pasajes de avión en primera clase al año. Finalmente, el futbolista tiene un chef privado y se le dio un palco para familiares y amigos en el estadio del Corinthians, el Neo Química Arena.

DATAZOS

- **JAMES** Rodríguez ganará 5 millones de euros al año en León de México, superando a Luis Díaz del Liverpool (3.5).
- **LA POLICÍA** de España detuvo al jugador del Sevilla, Kike Salas, por forzar tarjetas amarillas para apuestas ilegales.
- **DORTMUND** tiene interés en el director técnico holandés Erik ten Hag, quien fracasó en el United.



VIEJA ES PURO EMPATE

Juventus (5° con 34) sumó su empate número 13 en esta Serie A al sacar un 1-1 en casa de Atalanta (3°) en uno de los duelos pendientes por la fecha 19. Kalulu anotó en la 'Vieja Señora' (54') y Mateo Retegui igualó (78'). En otro cotejo, el AC Milan (7°) venció 2-1 al Como.



NOLE CANSA LA MALETA

Novak Djokovic criticó la organización de la despedida de Rafael Nadal que se dio en la Copa Davis. "Desafortunadamente, resultó como resultó. ¿Se pudo hacer algo mejor? No lo sé. Murray y yo íbamos a ir", declaró 'Nole', que venció al estadounidense Nishesh Basavareddy por 4-6, 6-3, 6-4 y 6-2 en la primera ronda del Abierto de Australia.

GUARDIOLA GRITÓ FUERTE AL PORTERO DEL CITY POR EMPATE

LOCO POR DIVORCIO



Manchester.- Adiós amor y cordura. Pep Guardiola zarandeó y gritó al portero Ortega Moreno al final del duelo que Manchester City (6°) empató 2-2 en casa contra Brentford por la fecha 21 de la Premier League. El técnico, que está en proceso de divorcio, culpó al golero por el gol de cabeza de Christian Nørgaard a los 92'. En otro duelo, el líder Liverpool rescató un 1-1 de visita ante el sorprendente Nottingham Forest (2°), gracias a un cabezazo de Diogo Jota (66'), y Chelsea (4°) terminó 2-2 con Bournemouth. Hoy, Arsenal recibe a Tottenham (3:00 p.m./ESPN).



TRAS GANAR AL MADRID, AHORA BARCELONA JUEGA EN LA COPA DEL REY

BORRÓN Y CUENTA NUEVA

Barcelona.- Que siga la fiesta. Luego de 'borrar' al Real Madrid y quedarse con la Supercopa de España, ahora Barcelona irá por el pase a cuartos de la Copa del Rey cuando reciba a Betis (3:00 p.m./DTV-610). El volante Dani Olmo, que recién fue inscrito hace unos días, sería titular en reemplazo de Gavi. Antes del partido, Yamal y Lewandowski volvieron a 'borrar' el escudo del Madrid cuando un pequeño hincha del rival les pidió una foto. En otro duelo, Atlético Madrid visita a Elche (3:30 p.m./DTV-612).

Reconoce que se puso tóxica con su pareja, se arrebató y por eso terminaron, **pero ya se disculpó con él y volvieron**

Giuliana: LA FREGUÉ CON MARYTO POR MIS CELOS

Giuliana Rengifo reconoció que se arrebató y por celos terminó su relación con Maryto, sin embargo hoy han retomado su romance, pues ella entiende que la 'fregó' y por ese motivo va a iniciar terapia para 'curarse' del daño que le hicieron sus relaciones pasadas.

¿Giuliana, cómo estas?, ¿cómo te sientes tras la ruptura con Maryto, porque eres muy emotiva?

Sí, soy muy sensible, pero todo bien con Maryto, solo fue una peleíta que no la supe controlar.

¿Celos? ¿Te arrebataste un poquito?

Mucho, creo que la fregué, pero todos la fregamos a veces. Lo bueno es que lo reconozco, ya le dije que lo siento. Él me ama y yo a él, así que no hemos terminado.

Lo importante es reconocer que se puede mejorar para tener una relación bonita.

Sí, tengo que controlar mis impulsos.

Bueno, una cosa es sentir celos, como todos, otra es ser posesiva y convertirse en tóxica.

En tóxica estoy, necesito terapia. Me dejaron muy dañada mis relaciones pasadas. Ya empiezo terapia mañana (hoy).

Qué bueno, te felicito...

Sí, y Maryto me va a ayudar, será mi apoyo para mejorar.

Claro, si quieren navegar juntos, hay que tener buen timón y capitán, son dos para navegar en alta mar.

Sí, Maryto me está apoyando porque me ama y yo a él. Ahora estoy más tranquila.

Él dijo que prefería no exponer los motivos por los que terminaron.

Sí, ha sido un caballero, pero yo la fregué. (Carla Chévez)

Dice que quedó muy dañada y por eso llevará **terapia**

trome fiesta

Afirma que si López busca 'facturar' al decir que tuvo un 'affaire' con Cueva es su decisión

Melissa a Pamela: Ya está querellada

Melissa Klug dijo que Pamela López solo busca facturar al señalar, en el programa 'Amor y fuego', que el padre de sus hijos, Christian Cueva, le confesó que la 'engañó' con la 'chalaca'. "No tengo pruebas; pero tampoco dudas. Repito lo que Cueva me aceptó", dijo Pamela López en el programa de 'Peluchín'.

Melissa, Pamela habló de ti en 'Amor y fuego'...

Que lo haga, el juicio está hecho.

¿Te incomoda que afirme que tuviste un 'affaire' con Cueva?

Su discurso fue en el 2024 y sigue. Ya está querellada, es un proceso que sigue su curso y eso lo ve mi abogado, después que quiera 'facturar' de nuevo con lo mismo para estar bien económicamente es su decisión. (Carla Chévez)

Alicia: Soy víctima de bullying

La periodista Alicia Retto afirmó que está cansada de las burlas y crueles comentarios que recibe por un video falso de ella que se hizo viral, y en el cual supuestamente pasa por un momento incómodo.

Afirma que por video falso de ella recibe burlas y comentarios ofensivos

"Desde hace algunos días, vengo siendo viral por un video editado, un video falso... Nunca imaginé que eso luego generaría una avalancha de burlas, comentarios crueles, con apodos ofensivos hacia mi persona. Esto ha pasado a ser una difamación que busca dañar mi reputación con hechos falsos. Ahora soy víctima de bullying por algo que nunca pasó y no tengo por qué estar soportando tanta crueldad, basta ya, esto ya me cansó", dijo indignada.

María Grazia tendrá nueva pareja

María Grazia Polanco contó que dentro de poco regresará con la nueva temporada de 'Domingos de fiesta' y adelantó que tendrá nuevo 'partner' en la conducción, tras la salida del actor Santiago Suárez.

"El 4 de febrero arranco con las grabaciones del programa y saldrá al aire a finales de febrero. Tendré nuevo compañero, pero aún no sé quién es. Será mi tercer año en la conducción", sostuvo.

¿Qué novedades se vienen con tu carrera de solista?

La próxima semana estreno mi tema 'Si tú eres mi hombre y yo tu mujer', pues ya me can-

Ante la salida de Santiago Suárez de la conducción de 'Domingos de fiesta'



Valeria se puso roja

Al tener en su set a Will Parfitt

Valeria Piazza se ruborizó al tener en su set a Will Parfitt, famoso por su parecido con el actor Channing Tatum. El australiano llegó con el elenco de 'Magic Men' para presentarse este jueves en Bianca de Barranco.

Luego Will y sus compañeros bailaron mostrando sus dorsos y Valeria dijo: ¡Uy, me estoy ruborizando!



Julio Fernández: Soy inocente

Periodista aclara pelea en la calle

Tras la denuncia de agresión contra el padre de una joven, el conductor de 'ATV noticias edición matinal', Julio Fernández, aseguró ser inocente y que no existió ninguna denuncia. "Todo se tendrá que comprobar, ha habido una incidencia. [Soy inocente] totalmente y eso se va a demostrar".

Un video viral muestra una pelea callejera. Grecia Cucho, la expareja de Fernández, refirió que este la agredió verbalmente y también físicamente a su papá, a quien le hicieron nueve puntos en la ceja.

Este sábado estrenan nueva temporada de 'Estás en todas', que ya cumple doce años al aire

Natalie y Choca:

Somos los favoritos del público

Natalie Vértiz y Jaime 'Choca' Mandros comentaron que están entusiasmados porque este sábado estrenarán la nueva temporada de 'Estás en todas', que cumplirá doce años al aire.

"Es mi cuarto año en 'Estás en todas', estoy feliz y superemocionada porque me encanta trabajar con Choca, así que soy feliz que sea mi 'partner' durante cuatro años", expresó Vértiz.

"El programa ha ido transformándose, pero estoy cómoda porque siento que va alineada con lo que me gusta hacer. Puedo dar mi opinión sin necesidad de transformarme o ser alguien que no soy", añadió.

En tanto, el conductor Jaime 'Choca' Mandros está agradecido con el público por el respaldo que le dan a 'Estás en todas' durante doce años.

"Gracias a Dios que hemos sido los favoritos del público en el horario, así que siempre estaré agradecido. Somos una buena compañía para arrancar la mañana", indicó. (L.G.)

Segundo Rosero canta a los enamorados

Ofrecerá show junto a Jorge Gatto por Día de los Enamorados

Los cantantes Segundo Rosero y Jorge Gatto, exvocalista de Los Iracundos, llegan a Perú para cantarles a todos los enamorados.

Ellos se presentarán este viernes 14 de febrero en el Anfiteatro del Parque de la Exposición, en el concierto denominado 'Viva el Amor Fest', imperdible para las parejas de enamorados.

Segundo Rosero y Jorge Gatto compartirán escenario con Ronald Hidalgo, el Juan Gabriel peruano, Carlos Burga 'José José' y Sebastián Hormazabal 'Nino Bravo' con sus mejores temas y músicos en vivo, e interpretarán temas como 'Sabor a miel', 'Tú con él', 'Querida', 'La nave del olvido' y muchos más.



HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles las últimas de Chollywood... **JENKO DEL RÍO** fue confirmado como uno de los participantes del reality chileno 'Palabra de honor'. Esooo... La cantante **SUU BABANAL** afirmó que está soltera, pero no le cierra las puertas al amor. Te hablan, Cupido... El cantante **FARIO GRIPPA** señaló que no descarta volver a trabajar con **SERGIO GEORGE**. Esteeee... Por cierto, el productor ayer fue a comer un pollito a la brasa con su engreída **YAHAIRA PLASENCIA**. Provecho... **MELISSA PAREDES**, ante los rumores que podría regresar a 'América hoy',



dijo que no descarta volver a la conducción pero más adelante, porque ahorita está enfocada en su personaje en 'Nina de azúcar'. Hummm... Por cierto, **BRUNELLA HORNA** se emocionó al ver caminar, por primera vez, a su hijito Alessio... Por cierto, **CINDY MARINO** contó que salió con su bebita al parque para hacer unas fotitos por sus cinco meses. Ella iba con un globo con helio con el número cinco y en un descuido salió volando. Adiós fotos... Ahora sí me quito porque mi amorcito me pide mi chocolatito... Suuuaaaveee.



Mujer Boa:

Martha Chuquipiondo recuerda en **'Café con la Chévez'** el escándalo del cajero que se **robaba la plata del banco** y también las dos **caídas de avión** de las que sobrevivió

Cromwell me dio medio millón de dólares

Martha Chuquipiondo, más conocida como la Mujer Boa, contó en 'Café con la Chévez' que tuvo una relación clandestina con Cromwell Gálvez, el cajero que robó millones de dólares a una entidad bancaria y que él le dio medio millón de dólares.

"Cromwell me dio medio millón de dólares. Nunca he derrochado, ahí está mi casa de Cieneguilla", dijo.

¿Cómo llegas a conocer a Cromwell?

Cuando yo iba al banco, Cromwell era cajero. Yo ya era conocida, recuerdo que había una colaza y él me hacía pasar de frente a gerencia. Ya después de mi accidente, comprometida me sentía, porque me daba todo y ya pues...

¿Y fue un romance?

Estuvimos como nueve años, pero él tenía su pareja, yo también...

¿Era una relación clandestina?

Era una relación clandestina. Estuve dos años sola después del accidente y él me apoya. Obviamente no tenía cómo pagarle, yo lo veía muy pegado a mí y yo estaba sola, por eso lo acepté. Pero él nunca me amó, yo nunca lo amé, pero le gustaba pues...

¿Tú le presentaste a las vedettes?

No, yo solo le presenté a dos, de una no voy a decir su nombre, porque me cuelga, es rubia también.

Tú te has accidentado dos veces en aviones...

Es loco porque mi primer avión se cae en noviembre del 97 y el segundo en mayo del 98. En seis meses tuve dos accidentes aéreos. Ya sé lo que es caerse. No duele, porque entras en shock. Ya soy experimentada en las caídas.

¿Cuántos sobrevivieron?

Sobrevivieron 35, éramos como 70, pero en el segundo, que ha sido el más catastrófico, éramos más de 100 pasajeros y sobrevivimos solamente 13, no sé cómo estoy viva...

En pocas palabras, ¿qué opinas de los aviones?

Amargo, como el café que estoy tomando, pero rico. Sobreviví y les puedo decir que no duele.

Deysi: Maicelo quedó muy bien

Deysi Araujo salió en defensa del boxeador Jonathan Maicelo, tras operarse la nariz. "Sí he visto que Maicelo se ha operado y me parece genial. Si él se siente feliz y cómodo, pues está bien y adelante. No solo las mujeres tenemos derecho a arreglarnos, los hombres también pueden. Le felicito porque ha quedado muy bien", mencionó Araujo. [L.G.]

Dice que los hombres también tienen derecho a hacerse sus arreglitos

Alfredo contento

Alfredo Benavides dijo que la secuencia 'Lo más viral', que estrenó 'JB en ATV', fue un éxito y el primer video, de la parodia del trend 'la sartén' de Mimy Succar, tuvo más de un millón y medio de reproducciones, y fue reposteado por Tony Succar. "Estamos contentos, somos viral del viral con esa parodia. Lo nuestro ha sido un éxito. Tony Succar nos reposteó y para este sábado haremos otro, el del Toromata", precisó el cómico. [C.Ch.]

Por parodia de 'la sartén' que alcanzó más de un millón y medio de reproducciones

Lucho: Ser payasito es mi terapia



El cantante Lucho Cuéllar contó que le gusta caracterizarse de payasito en sus ratos libres, pues lo hace como parte de una terapia para su vida. "Toda mi vida he sido payaso, desde los 9 hasta los 15 años. Lo dejé porque empecé a trabajar en la música, pero de ahí lo retomé con la Chola Chabuca en el 2010 y cada vez que puedo lo hago. Es mi terapia, es el alivio para las penas y tristezas", manifestó Cuéllar, quien dijo que también tiene pensado visitar albergues y asilos caracterizado como payasito. [L.G.]

Cantante dice que alivia sus penas

familia bienestar

Resfriados

En verano también es habitual ver personas con resfriados debido, sobre todo, a los cambios de temperatura. Generalmente, no amerita cita médica, pero hay que ver los síntomas.

Mucho sol

Es fundamental protegerse del sol y del calor mientras estamos en la playa. La radiación solar provoca quemaduras en la piel y daño en el cabello y los ojos. Usa protector solar.



Sin alcohol

Cuando dejamos el alcohol, el hígado se regenera y el sistema nervioso central recupera su equilibrio, causando una mejora del estado de ánimo, de la concentración y de la calidad del sueño.



→EVITA COMIDAS PESADAS Y MASTICAR RÁPIDO

TIPS PARA ALIVIAR LAS FLATULENCIAS

POR: ESTEFANY VALLADARES

Si bien el video, que se hizo viral en TikTok, donde una periodista suelta un gas en plena transmisión de televisión, era falso, este incidente puede ocurrirle a cualquiera y no es motivo de risa y burla. "Las flatulencias son una respuesta natural de nuestro sistema digestivo; algunas prácticas y alimentos pueden aumentar su frecuencia o intensidad". Así lo señala la nutricionista Daniela Ballesteros, quien nos deja unos tips para aliviar y reducir los gases:

OJO CON ESTAS MENESTRAS Y VERDURAS. Por sus compuestos, frijoles, arvejas, lentejas, garbanzos, habas, col, cebollas, brócoli, coliflor, espinacas, acelgas, ajos y cereales integrales generan flatulencias. Puedes remojarlos un día antes o prepararlos en puré para reducir estas molestias.

MENOS GRASAS. Los alimentos grasos, incluidas las frituras y las comidas con alto contenido de grasas vegetales, pueden ralentizar la digestión y favorecer la formación de gases.

BAJA LA FIBRA. Aunque la fibra es esencial para una buena salud digestiva, su consumo excesivo puede generar acumulación de aire a ese nivel.

COME DESPACIO Y MASTICA BIEN. Así evitarás molestias, reduciendo la distensión abdominal y los gases acumulados.

ELIGE ALIMENTOS COCIDOS. En lugar de fritos o rebozados. Las preparaciones ligeras facilitan la digestión.

× Menestras, ciertas verduras, cereales integrales y fibra favorecen la formación de gases

SABÍAS QUE... Tomar agua ayuda a la digestión y evita el estreñimiento, una causa común de acumulación de gases.

PADRES E HIJOS

Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

CÓMO APOYAR A UN SER QUERIDO CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

Cuando un ser querido enfrenta problemas de salud mental, es natural querer ayudar, pero hacerlo de manera efectiva requiere sensibilidad. Primero, escucha activamente sin juzgar ni interrumpir. A veces, simplemente ser un espacio seguro para que se expresen puede marcar una gran diferencia con tu ser querido. Evita minimizar sus emociones con frases como 'todo estará bien' o 'no es para tanto'. En su lugar, valida sus sentimientos diciendo: "Entiendo que esto es difícil para ti; estoy aquí para apoyarte". Pregunta cómo puedes ayudar en lugar de asumir lo que necesita. Infórmate sobre su condición, pero recuerda que no eres un profesional. Anímalo a buscar ayuda especializada y ofrécele acompañarlo en el proceso. También es importante establecer límites para cuidar tu propio bienestar emocional: apoyar no significa resolver sus problemas por completo. Tu empatía y comprensión pueden ser un faro de luz en su camino hacia la recuperación. Acompañar con amor hace la diferencia.

@julianasequera en Instagram

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Ensalada veraniega de fideos



INGREDIENTES

+ 1 kilo de fideos tornillo multicolor
+ 4 huevos
+ 4 tomates
+ 1 pimiento rojo
+ 1 pimiento verde
+ 1 pimiento amarillo
+ 2 latas de atún
+ Sal y pimienta al gusto.

PREPARACIÓN

+ Hervir los fideos en una olla con abundante agua y una pizca de sal. Escurrir el agua y dejar enfriar. Sancochar los huevos y, una vez cocidos, pelarlos y trozarlos. Picar los tomates y los pimientos en cuadraditos chicos. En un bol grande o ensaladero, echar los fideos (bien fríos), atunes (con un poco de su aceite), huevos, tomates y pimientos. Sazonar con sal y pimienta y mezclar muy bien. Y listo. ¡Buen provecho!

trome ESCOLAR

MACHU PICCHU

INCA PACHACÚTEC LEVANTÓ CONSTRUCCIONES QUE HOY CONOCEMOS

OLLANTAYTAMBO, CIUDADELA CON HISTORIA

OLLANTAYTAMBO PUEBLO

TEMPLO DEL SOL

RECINTO 10 HORNACINAS

PORTADA MONUMENTAL

Ollantaytambo, la ciudadela inca en el departamento del Cusco, uno de los '52 lugares a visitar' este año según el diario estadounidense The New York Times, no solo es un atractivo turístico, sino sobre todo un conjunto de impresionantes construcciones cargadas de historia.

Asentamientos del siglo V a. C., de comunidades agrícolas y ganaderas, fueron los primeros en la zona, donde siglos después se instaló un tampu, centro urbano con alojamientos, almacenes, un centro administrativo y un espacio ceremonial.

Todo cambió en el siglo XV, cuando la zona fue conquistada por el inca Pachacútec (1418-1471), quien destruyó las anteriores edificaciones y levantó la imponente ciudadela que, como centro administrativo y agrícola, hoy conocemos. Desde Ollantaytambo se pasó a controlar el acceso al Valle Sagrado y en sus andenes y las laderas fértiles del valle del río Urubamba se domesticó por primera vez el maíz.

Tras la conquista española, Ollantaytambo se convirtió en centro estratégico militar para resistir a los invasores. Ahí, Manco Inca se rebeló y en la batalla de Ollantaytambo derrotó con su ejército indígena a los españoles. Luego, al abandonar Ollantaytambo y refugiarse en Vilcabamba, Manco Inca traicionado fue asesinado en 1541.

Manco Inca lideró desde ahí resistencia contra los españoles

LA YAPA

Algunas de las construcciones que hoy se pueden encontrar en Ollantaytambo son: el Templo del Sol, el Recinto de las 10 Hornacinas, los Baños de la Ñusta, el Inca Misana (un acueducto tallado en la montaña) y la Portada Monumental. En los alrededores de Ollantaytambo existen asentamientos de la cultura Huari (VII-XIII d.C.), como la fortaleza de Pumamarca.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿POR QUÉ LAS UÑAS DE LOS PIES CRECEN MÁS DESPACIO QUE LAS DE LAS MANOS? El motivo principal reside en que les damos mucho menos uso a las uñas de los pies. Especialmente en invierno, cuando se encuentran bien resguardadas, con zapatos cerrados y medias. Las de las manos, en cambio, se pasan el día usándose, tecleando en la computadora, arrastrándose por pantallas táctiles, agarradas a un estropajo para lavar los platos.

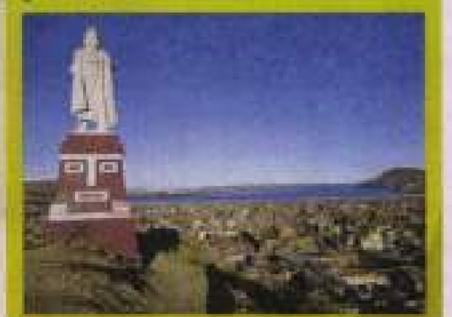
CÓMO SE ESCRIBE

Recazo

La parte opuesta o contraria al filo de un cuchillo es lo que todos conocemos como recazo. Esta parte, junto con la hoja, aporta funcionalidad y equilibrio. El recazo se encarga de generar una sensación de control a la persona que lo está usando. Además, sirve para prevenir heridas que se puedan provocar en la mano.

CERRO HUAJSAPATA

El cerro Huajsapata es uno de los puntos de mayor interés en Puno, tanto por sus vistas panorámicas como por su importancia histórica y cultural. Situado a solo minutos del centro de la ciudad, el cerro ofrece una espectacular vista de Puno y del lago Titicaca, y es conocido también por la gran estatua de Manco Cápac, el fundador del imperio inca, que se erige en su cima.



curiosidades



LAS COSQUILLAS PUEDEN SER UNA TORTURA

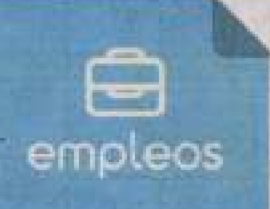
Si se hacen suavemente, resultan placenteras, pero cuando son intensas y duran demasiado tiempo, pueden ser mucho más que molestas. La investigadora Irene Thompson recoge en su libro 'Tortura china por cosquillas' cómo esta práctica se impartía durante la Dinastía Han (206-220 d.C.) como método de castigo para los traidores. Sin embargo, no hay registros de ninguna muerte debido a este tipo de sufrimiento. Los romanos sujetaban los tobillos de las personas, bañaban los pies con sal y soltaban cabras. Las cabras lamían los pies de la víctima, produciendo cosquillas en un principio, pero luego dejando marcas y ampollas. En la Edad Media, las cosquillas se utilizaron como medio de castigo para la realeza o para personas importantes, ya que no dejaban marcas ni heridas.

CLASIFICADOS

ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS

el talán

inmuebles · vehículos · empleos · educación · oportunidades

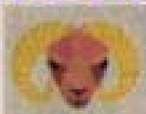


PROFESOR(A): Matemáticas, Lenguaje, Ciencias, Inglés, Computación, Edu.Física sedes Agustino y Jicamarca

SECRETARIO(A): medio tiempo con experiencia en ventas, para el distrito de San Luis. Enviar CV.

APÉRESIS DE AHORA
OLFATEAR
DESPEDIR RAYOS DE LUZ
SUJETA CON CUERDAS
SITUACIÓN CÓMICA
CUADRO DE HORTALIZAS
DIFERENTE, DISTINTA
DEL VERBO RASCAR
EDVARD ..., COMP. NORUEGO
INTERJECCIÓN
EXTENDER, ALARGAR
DEFECTO
CABO DE LA ... COMUNA EN ESPAÑA
FINAL VERBAL
MARCHARÉ
CANCELAN LA DEUDA
LATERAL DE LA FRENTE
FINAL VERBAL
RECURSOS HUMANOS
VERDÍA
ROBO, ENGAÑO
SUSTANCIA ESPESA DE LA LECHE
GIGANTE DE LOS CUENTOS
TARIMA DEL ALTAR
ALFA, DELTA
VECINAS
MAZAMORRA (QUECHUA)
HUÁSCAR Y ATAHUALPA
TITANIO
PALPAR
PREFIJO IGUAL
1.000, 55 ROMANOS
MONEDA JAPONESA
SEÑAL DE AUXILIO
LABERINAGO
EXTRAE, RETIRA
COBALTO
PROVINCIA DE SAN MARTÍN
LAGUNA EN ASIA CENTRAL
ME PERTENECEN
GARBOSO
HIJO DE ADÁN
SIGLA COMERCIAL
ARGÓN
RIÑA
NEGRO (FRANCÉS)
VERDOR EN EL DESIERTO
DOS
ESTE
CAMPEÓN
DOCTORA (ABREVIADO)
VÍCTIMA DE CAÍN
ROSTRO, FAZ
SANIES
SUFIJO INFLAMACIÓN
ZEDA
PLAZA DE TOROS
ARREGLA, MAQUILLA, ENGALANA
SEBASTIAN ... COMPOSITOR ALEMÁN
CLAVE MUSICAL
SEGURO CONTRA ACCIDENTES
ASTATO
ADEMÁS DE
TECNECIO, NITRÓGENO
REPETIDO MADRE
PRIMERA PERSONA
NOMBRE DE PEZ
VECINAS
LITRO
QUE GOZA DE PERFECTA SALUD
ALERO
ZEDA, SIGMA
SOLITARIO

TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

ARIES. Tendrás que asumir nuevos retos, pero te irá bien si pones tu máximo esfuerzo. Cumple lo que prometes.


20.4 | 20.5

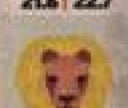
TAURO. Este miércoles puede servir para encontrar soluciones a esos problemas. Decide bien en qué invertir ese dinero.


21.5 | 20.6

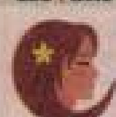
GÉMINIS. Si no estás de acuerdo con algo, no lo hagas. Pronto tendrás lo que tanto deseas, pero necesitas ordenarte.


21.6 | 22.7

CÁNCER. Te darás cuenta de que esa persona no tiene buenas intenciones contigo. Llegó la hora de fijar posiciones.


23.7 | 20.8

LEO. Verás que todo fluye de manera natural y te sientes mejor. Te sorprenderán con una noticia buena para ti.


23.8 | 22.9

VIRGO. Con afecto y detalles puedes lograr un grato ambiente en el hogar. Dale buen uso a ese dinero.


23.9 | 22.10

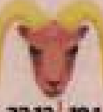
LIBRA. Hay dudas que te atormentan, piensa bien antes de actuar. Ten cuidado con decir frases ofensivas. Cálmate.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. Evita el estrés, haz una actividad que te permita respirar aire puro y sentirte mejor. Grata noticia.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. Sal de la monotonía y atrévete a tener nuevas experiencias. Las cosas pasan por algo. Piensa en positivo.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Abre tu corazón y entiende a esos familiares, incluso a los que se portaron mal contigo. Tiempo de perdonar.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Viviste situaciones duras, pero hoy estás en un buen momento. Disfruta el día y evita las discusiones.


19.2 | 20.3

PISCIS. Te sientes cansado después de días muy intensos. Excelente ocasión para empezar a planear proyectos.

PURAS letras

BENEFICIOS DEL MAR Y LA PLAYA (2)

D	D	A	A	N	T	I	O	X	I	D	A	N	T	E	F	A	Z	F	A	P
E	V	Z	A	Y	A	Y	U	F	A	Z	B	A	V	Z	Q	V	F	A	E	A
C	C	A	N	T	U	D	O	D	I	S	M	I	N	U	V	A	Z	R	D	Z
A	D	D	C	F	Q	D	D	T	V	Z	A	F	E	Z	Z	V	M	U	Z	O
N	V	Z	E	A	A	R	A	A	C	A	Z	A	A	V	F	I	Y	A	R	T
D	F	A	Z	L	N	V	T	A	F	E	Y	F	C	A	T	T	D	E	F	N
A	B	D	F	A	A	T	X	D	L	U	F	A	Z	E	N	L	T	C	V	E
Z	C	A	V	Z	A	P	Y	D	D	I	F	E	O	A	E	B	F	A	Z	I
V	F	D	A	F	V	Z	I	A	A	D	M	B	N	R	O	F	A	Z	B	M
D	S	I	V	I	T	Y	A	E	A	Z	T	P	I	U	F	A	Z	V	A	I
D	A	T	A	V	D	A	F	N	L	E	T	U	I	F	E	F	A	Z	V	C
V	Z	N	F	A	Z	M	I	A	N	Y	N	D	A	A	A	N	F	A	Z	E
F	A	A	V	Z	S	M	D	E	N	I	V	Z	F	A	R	Z	E	V	Z	J
Z	V	C	D	I	A	V	R	A	M	E	F	E	C	F	G	D	V	I	V	E
D	A	A	D	T	Z	F	A	S	D	I	A	R	I	A	D	E	F	A	T	V
L	F	L	I	A	V	Z	I	P	E	R	T	Y	H	J	Y	D	A	Z	V	N
A	S	V	F	F	A	D	D	I	S	M	I	N	F	A	Z	B	D	A	V	E
L	A	S	V	I	A	S	R	E	S	P	I	R	A	T	O	R	I	A	S	D

- Tiene un efecto
- antioxidante
- que ayuda a
- disminuir el
- envejecimiento
- de la piel.
- Ayuda a limpiar
- las vías respiratorias.
- Permite obtener
- la cantidad
- diaria de
- vitamina D.

TE AMO

BUSCO MUJER SOLTERA Y SIN HIJOS

Cartas: Jorge Salazar Araoz 171, Santa Catalina. La Victoria
Mail: doctoracarmen01@trome.com



JHONY (28).- Buenos días, doctora Carmen, la felicito por su exitosa columna y le agradezco por todos los consejos que da, varios me han ayudado a salir adelante cuando estuve en momentos críticos. Le cuento que quisiera conocer a una mujer especial a través de este diario. Soy un hombre tranquilo, trabajador y muy responsable. Tal vez alguna de sus lectoras se anima a llamarme y darme su amistad, y más adelante su corazón. Las interesadas deben ser solteras y sin hijos, entre los 20 y 30 años. Pueden llamarme a mi celular: **902-071-919**.

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito:
Gracias por tus palabras y por la confianza que depositas en esta columna. Te sugiero que tomes las cosas con calma y seas siempre honesto sobre tus intenciones y expectativas. Sé amable, escucha con atención y muestra las cualidades que te caracterizan. **Suerte.**

TROME sudoku 272

		6		3	9			8
8		1	7	6		5		
	3				2	4		7
					1		2	
					5	8		4
4	7	2	8				5	1
6			9			7		
2	8				3			
5						1		6



TROME SERIES

PRIME VIDEO

AL FILO DEL DEBER



TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 8

Es una miniserie policial que explora cómo los desafíos del trabajo impactan a la condición humana. Se desarrolla en Long Beach, California, y sigue a la oficial Traci Harmon (Bellisario) y al novato Alex Díaz (Larracuente). Además, muestra cómo no todo es blanco o negro en el mundo de los policías, siempre hay matices grises.

SOLUCIÓN GRAMA



HOY ¡GRAN ESTRENO!

Café con la Chévez

/tromepe
/tromepe
/tromepe
/tromeoficial

EN 'CAFÉ CON LA CHÉVEZ' RECUERDA QUE SOBREVIVIÓ A DOS ACCIDENTES DE AVIÓN

MUJER BOA: CROMWELL ME DIO MEDIO MILLÓN DE DÓLARES

CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

EL BÚHO EN TIEMPOS DE REDES



Este Búho es un soldado de la vieja escuela. **Empecé en el periodismo con esas reliquias que hoy son las máquinas de escribir.** Estructuras pesadas que se plantaban en los escritorios y uno tenía que teclear con el temor de no partirse los índices. Las teclas reventaban como balas y la euforia por el cierre de edición era adrenalina pura que vivíamos día a día. **Con los años, el Internet y la tecnología revolucionaron las redacciones a pasos acelerados.** En menos de medio siglo aparecieron las primeras computadoras, las laptops, los celulares, luego los celulares inteligentes, las exquisitas Macs de Apple... todo en un abrir y cerrar de ojos. Por supuesto, quienes ejercíamos este oficio tuvimos que adaptarnos y modernizarnos a la misma velocidad. Quienes se resistieron y, embriagados de nostalgia, rechazaron estos cambios quedaron obsoletos, fuera del juego. Puede haber cambiado la forma en cómo se hace el periodismo, pero en definitiva no ha cambiado el por qué y para qué se hace esto: servir a la sociedad. La esencia sigue siendo la misma: salir a la calle a buscar las historias, corroborar los datos, confrontar todas las versiones. Escuchar a Dios y al diablo. Los registros ya no son en cuadernos de apuntes o cámaras a rollo, sino en videos full HD. Luego aparecieron las redes sociales. **Facebook, Twitter (hoy X), Instagram, YouTube y ahora TikTok.** Al menos, son las que conozco y he explorado con mucha curiosidad. Las redes sociales han sido otro parteaguas para el periodismo. Cambiaron la forma de contar la noticia. Los jóvenes exigen información más rápida, más puntual. **O como diríamos los reporteros: solo quieren la pepa, la carnecita.** Pero también gustan de formatos extensos, de entrevistas largas de sus ídolos o de personajes que están en boca de todos. Por eso la proliferación de podcasts, un fenómeno ya cimentado, que dejó de ser una moda, para convertirse en un formato más del periodismo. Desde futbolistas hasta actores de telenovela ahora pueden plantar sus cámaras, instalar modernos micrófonos para producir y desarrollar una entrevista a profundidad. Algunos con más talento que otros.

Muchos colegas pusieron el grito en el cielo con este suceso, porque consideran que estos seudoentrevistadores están usurpando terreno ajeno. **Este columnista cree que no hay que mirar con recelos estos fenómenos, sino analizarlos y entenderlos.** Evidentemente, consumo estos programas. Me parecen buenas propuestas espacios como **'Caja negra'**, del argentino Julio Leiva. O **'The Wild Project'**, del español Jordi Wild. También 'Las entrevistas de Jordi Rosado', muy divertidas algunas, conmovedoras otras. Son espacios que generan contenido con altos estándares, sin caer en la vulgaridad y el chiste ramplón que tanto abundan en el espacio virtual. Por supuesto que este diario está a la vanguardia de lo que el público exige. Y tenemos podcasts líderes de sano entretenimiento como **'Café con la Chévez'** y **'La fe de Cuto'**, en los que deportistas y personajes de la farándula peruana desnudan sus vidas y abren sus corazones para mostrar lo más íntimo de sus vidas. Siempre, por supuesto, cuidando la línea del respeto. El lenguaje audiovisual de las redes es totalmente distinto al de la televisión. Y hoy los jovencitos que egresan de la carrera de Ciencias de la Comunicación salen con ese chip al mercado laboral. **"Experto en edición de videos para TikTok"**, ponen en sus hojas de vida. Y eso es bueno, por supuesto. Muchos tienen sueños de ser tiktokers o youtubers. Y no está mal, siempre y cuando cumplan las reglas básicas de esta profesión. Los formatos tradicionales se han digitalizado y aunque los pronósticos son apocalípticos, pues señalan que tarde o temprano los diarios y la televisión desaparecerán, lo que perdurará será siempre el buen periodismo, ese que contrasta la información, la filtra y la publica. **Y eso es algo que ni la misma inteligencia artificial podrá suplantar.** Apago el televisor.